

Rise & Shine®



Natural Wake-Up Light



Dear Customer,

Thank you for purchasing the Verilux Rise & Shine® Natural Wake-Up Light. You have received an innovative and quality manufactured product, backed by a one-year limited warranty.

Many other healthy lighting products are available through our catalog and online. To request a free copy of our catalog, call our toll-free number 1-800-786-6850. You may also visit us on the web at www.verilux.com to learn more about all our quality Verilux products.

As a Verilux customer, your satisfaction means everything to us. We look forward to serving you now and in the future.

Have a bright day!

Nicholas Harmon
President, Verilux, Inc.

Table of Contents

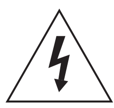
Important Safety Instructions

CAUTION:

THIS DEVICE MUST BE CONNECTED TO A MAINS SOCKET OUTLET WITH A PROTECTIVE EARTHING CONNECTION.

TO REDUCE THE RISK OF ELECTRIC SHOCK, DO NOT REMOVE ANY COMPONENTS. THERE ARE NO SERVICEABLE PARTS INSIDE.

TO REDUCE THE RISK OF FIRE OR ELECTRIC SHOCK, DO NOT EXPOSE THIS UNIT TO RAIN OR MOISTURE.



The lightning flash with arrowhead symbol, within an equilateral triangle, is intended to alert the user to the presence of uninsulated dangerous voltage within the system enclosure that may be of sufficient magnitude to constitute a risk of electric shock.



The exclamation point within an equilateral triangle, as marked on the system, is intended to alert the user to the presence of important operating and maintenance instructions in this installation guide.

WARNING: TO REDUCE THE RISK OF FIRE, ELECTRIC SHOCK OR PERSONAL INJURY:

- Read these instructions before using this lamp.
- Keep these instructions for future reference.
- Heed all warnings.
- Follow all instructions.
- Do not use this appliance near water.
- Refer all servicing to qualified service personnel.
- Servicing is required when the apparatus has been damaged in any way, such as power-supply cord or plug is damaged, liquid has been spilled or objects have fallen into the apparatus, the apparatus has been exposed to rain or moisture, does not operate normally, or has been dropped.
- The mains plug is used as the disconnecting device, which shall remain readily operable.
- Turn off/unplug and allow to cool before replacing bulb, cleaning or other maintenance.
- Light bulbs get HOT quickly! Do not touch the bulb while the lamp is on.
- Do not look directly at the lighted bulb.
- Do not operate the lamp in close proximity to flammable or combustible vapors, such as aerosol (spray) products or where oxygen is being administered.
- Use only the type of bulb and maximum wattage indicated by the manufacturer.

Important Safety Instructions — continued

- Never cover the bulb when it is in operation.
- Do not use this lamp in damp/humid or wet locations.
- For indoor use only.
- Clean only with dry cloth. Do not use any chemical solvents or detergents.
- Do not block any ventilation openings. Install in accordance with the manufacturer's instructions.
- Do not place near any heat sources such as radiators, heat registers, stoves or other apparatus (including amplifiers) that produce heat.
- Do not defeat the safety purpose of the polarized or grounding-type plug. A polarized plug has two blades with one wider than the other. A grounding plug has two blades and a third grounding prong. The wider blade or third prong is provided for your safety. If the provided plug does not fit in your outlet, consult an electrician for replacement of the obsolete outlet.
- Protect the power cord from being walked on or pinched, particularly at plugs, convenience receptacles and the point where they exit from the lamp.
- Only use attachments/accessories specified by the manufacturer.
- Unplug this lamp during lightning storms or when unused for long periods.
- Only use a bulb rated 120 VAC, 60 Watts.
- If the lamp has been damaged in any way, such as the power cord or plug is damaged, liquid has been spilled or objects have fallen into the lamp, the lamp has been exposed to rain or moisture, does not operate normally, or has been dropped, it should not be operated.
- Modifications not authorized by the manufacturer will void the warranty and may result in personal injury.

SAVE THESE INSTRUCTIONS

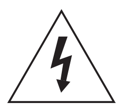
General Precautions

- Avoid placing this lamp in areas that are exposed to direct sunlight or close to heat-radiating products, such as heaters. Do not place the lamp on the top of appliances that radiate heat.
- Avoid placing the lamp in areas that are dusty, humid/moist, lack ventilation or are subject to constant vibration.
- Not for use with light dimmers, timers, motion detectors or extension cords.
- Do not use any lubricating agent in the bulb assembly.
- Close supervision is necessary when this appliance is used by or near children or disabled persons.

General Precautions — continued



WARNING: This lamp is supplied with a shade designed specifically for use with this product. Use of any other shade other than the one supplied by the manufacturer may pose a SAFETY HAZARD.



CAUTION: If outer glass of the bulb breaks, avoid touching any metal components due to potential shock. The bulb may continue to light, however, immediately discontinue use, turn power off and remove the bulb. Let bulb cool before removal to avoid potential burn.

FCC Compliance

This device complies with part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

Features

The Verilux® Rise & Shine® Natural Wake-Up Light aligns the body’s circadian rhythms that regulate normal sleeping and waking patterns. Synchronized sleep and wake programs provide the body with cues to fall asleep naturally, sleep soundly and wake refreshed and revitalized. The harmonious blend of light and sound therapy naturally directs the body to energized waking and healthy sleep patterns.

Features — continued

- Light and sound gradually increase to wake you gently, feeling refreshed and re-energized
- Wake to your choice of four natural soundscapes or your favorite FM radio station
- Select from 20 levels of light intensity
- Sleep mode feature gradually dims the light over a 5, 15, 30 or 60 minute period of time
- Dual alarms with snooze feature

Set-up Instructions

Unpacking

Please check the shipping carton for the following items:

- Verilux Rise & Shine® Natural Wake-Up Light
- External FM Antenna
- Instruction Manual
- A19 120V 60W E26 Clear Bulb (located inside lamp shade)

Note: With the unit not plugged into a power outlet, open the lamp shade by depressing the button on rear of lamp and gently lifting the shade off the base. Install bulb by screwing securely into socket. Replace the shade by aligning it with the base and pressing down until the shade clicks into place.

Selecting a Location

- Place your Rise & Shine on a table or other flat surface near your bedside.
- For best performance, place your Rise & Shine within two feet of a wall and avoid placing directly in a corner.

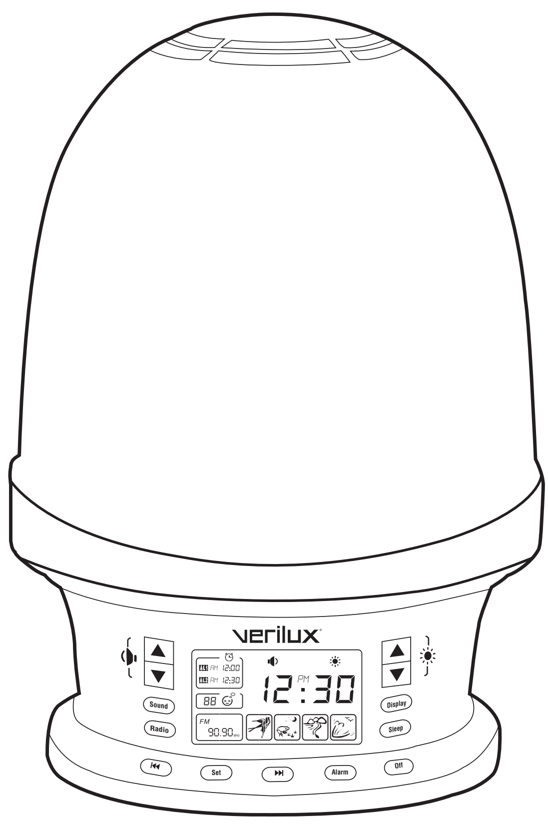
Note: Avoid placing your Rise & Shine on a metal surface, which could interfere with FM reception.

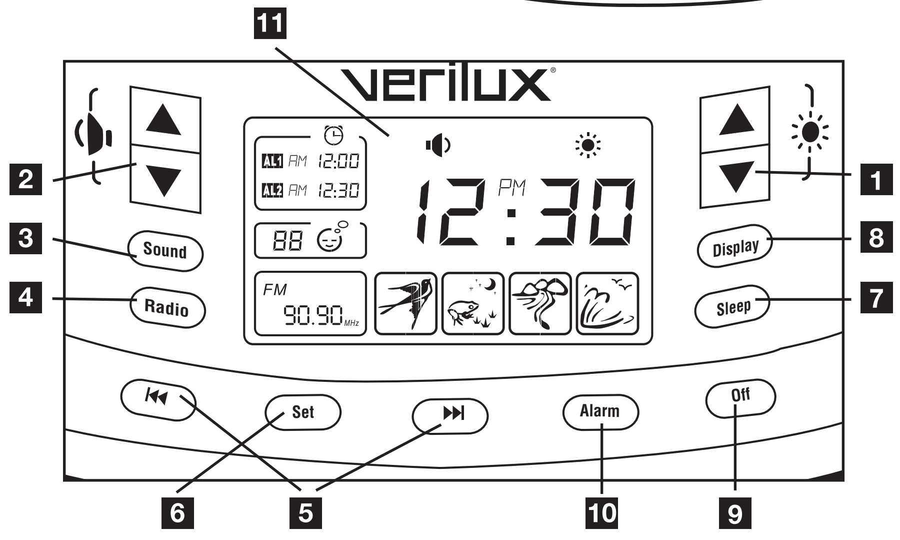
Note: Avoid placing this lamp in areas that are exposed to direct sunlight or close to heat-radiating products, such as heaters. Do not place the lamp on the top of appliances that radiate heat.

Display and Controls

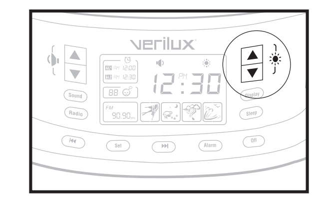
1. Light Brightness Buttons
2. Volume Buttons
3. (Sound) Button
4. (Radio) Button
5. Back (⏮) and Forward (⏭) Buttons
6. (Set) Button
7. (Sleep) Button
8. (Display) Button (Off / Normal / Bright)
9. (Off) Button
10. (Alarm) Button
11. LCD Display

Note: External antenna jack and button to release shade are located on the rear panel of the Rise & Shine®.





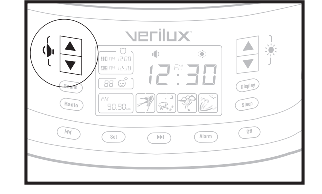
1. Light Brightness Buttons



The Up and Down light brightness buttons ▲▼☀ are used to set the highest final brightness of the Wake Cycle or the initial (highest) brightness of the Sleep Cycle. The brightness can be set to any one of 20 levels.

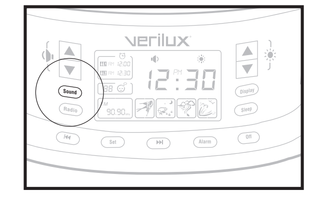
The brightness buttons are also used to adjust the brightness when you use the Rise & Shine® as a lamp.

2. Volume Buttons



The Up and Down volume buttons 🔈▲▼ are used to set the highest final volume of the Wake Cycle or the initial volume of the Sleep Cycle. The volume can be set to any one of 20 levels.

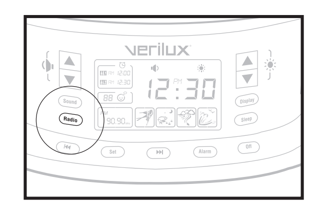
3. Sound Button



When used with other Alarm settings, the Sound button (Sound) lets you choose one of four natural soundscapes by pressing the button repeatedly to select a particular sound. If pressed when not setting an alarm, the Sound button begins playing the last selected sound. You can select a particular sound by pressing the Back (⏮) and Forward (⏭) buttons.

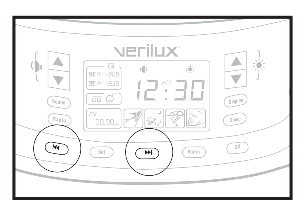
Pressing the Sound button again, or pressing the Off button (Off) turns off the soundscape.

4. Radio Button



The Radio button (Radio) turns the FM radio on or off.

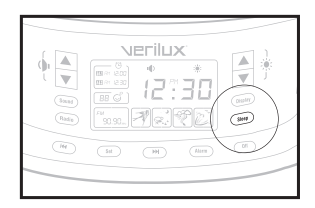
5. The Back and Forward Buttons



The Back (⏮) button and the Forward (⏭) button are used to set the time of day, the alarm time or to advance between options.

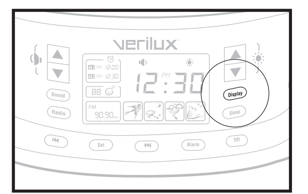
6. Sleep Button

Pushing the Sleep button (Sleep) begins a Sleep Cycle with a default time of 5 minutes. Pressing the Sleep button repeatedly allows you to select a Sleep Cycle length of 0 (off), 5, 15, 30 or 60 minutes. The Sleep Cycle you've chosen begins about two seconds after your final button press.



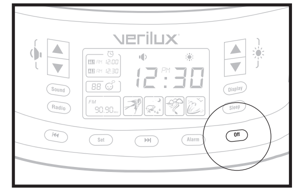
7. Display Button (Off / Normal / Bright)

The Display button (Display) controls the brightness of the Rise & Shine® LCD display backlight. Press repeatedly to choose between Off, Normal and Bright. If the backlight is off, pressing any other button will momentarily set the backlight to normal.



8. Off Button

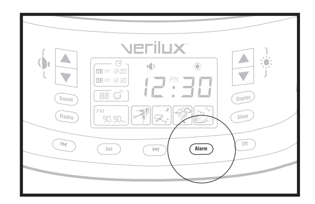
The Off button (Off) turns the FM radio, natural soundscapes and the light off. The Off button can also be used to stop a Sleep or Wake Cycle.



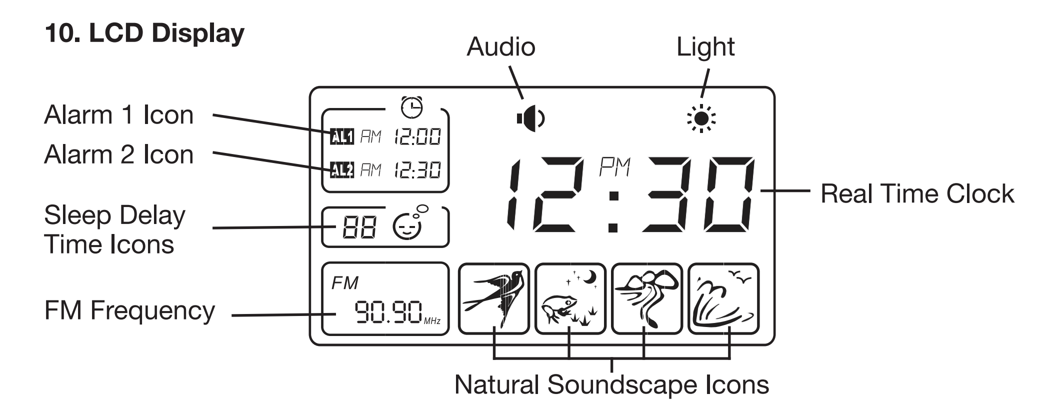
9. Alarm Button

Pressing the Alarm button (Alarm) cycles the display between:

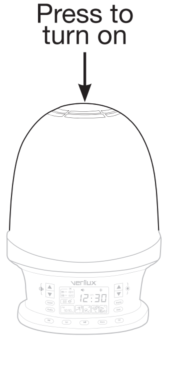
- Alarm 1 Displayed (AL1)
- Alarm 2 Displayed (AL2)
- Alarm 1 and Alarm 2 Displayed (AL1 and AL2)



10. LCD Display



Turning On the Lamp



To turn on the lamp:

- Press the top of the Rise & Shine® lamp shade on the “Light/ Snooze” label.

You may now adjust the brightness using the up and down brightness buttons located to the right of the display.

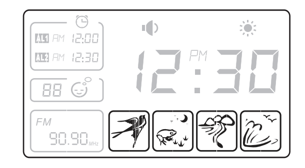
Note: Any change you make to the lamp’s brightness becomes the new “default” brightness.

Turning Off the Lamp

To turn off the lamp:

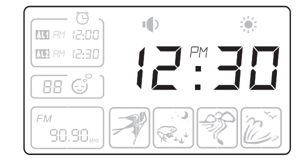
- Press the top of the Rise & Shine lamp shade on the “Light/Snooze” label.

Playing a Natural Soundscape



Press the (Sound) button to play one of four nature sounds. Press the Back (⏮) or the Forward (⏭) button repeatedly to cycle between the four available sounds. If the (Sound) button is pressed when not setting an alarm, the button begins to play the last selected sound. Pressing the (Sound) button again or pressing the (Off) button turns off the nature sound.

Setting the Clock



1. Press and hold the (Set) button for 3 seconds to enter the clock setting mode. The clock digits will blink.
2. Press and hold the Back (⏮) button or the Forward (⏭) button to adjust the time. After your last button press, the display will continue to blink for a few seconds, then display the newly set time.

Listening to the Radio

To listen to the FM radio:

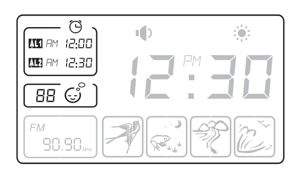
1. Press the (Radio) button to turn on the radio.
2. Use the Back (⏮) button or the Forward (⏭) button to select a frequency. If you press and hold the Back (⏮) button or the Forward (⏭) button, the radio will stop on the next strongest frequency.
3. Use the Up and Down volume buttons to adjust the volume.
4. To turn the radio off, press the (Radio) button or press the (Off) button.

To improve FM reception, you may wish to use the included external FM antenna.

Connecting the External FM Antenna:

1. Plug the 3.5 mm (1/8") plug of the FM antenna into the EXTERNAL ANTENNA jack on the rear panel.
2. Straighten the antenna and position to establish optimum reception.

Setting the Alarm



Note: It is helpful to read through the entire section on setting the alarm before you begin.



1. Press and hold the Set button for 3 seconds to enter the clock setting mode. Press Set again to enter the alarm setting mode.
   - The alarm icons and sleep icon will flash on the left of the display. They are, from top down: AL1 (Alarm 1), AL2 (Alarm 2) and Sleep. You may set two alarms, each with a specific alarm time. You may also choose a brightness level for the start of the sleep cycle.
2. Select AL1 or AL2 or the Sleep icon by pressing the Back ⏮ button or the Forward ⏭ button repeatedly. Press the Set button to confirm the desired selection. The chosen icon will flash.
3. If AL1 or AL2 is chosen, press the Back ⏮ button or the Forward ⏭ button repeatedly to adjust the alarm's time. Press Set to confirm.
4. Press the Back ⏮ button or the Forward ⏭ button to select between FM radio mode or natural soundcape mode and press the Set button to confirm.
   - When the FM radio mode is selected, press the Back ⏮ button or the Forward ⏭ button repeatedly to search for the desired radio station. Then press "set" to the selected radio station.
   - When the natural soundcape mode is selected, press the Back ⏮ button or the Forward ⏭ button repeatedly to select bird, frog, river or wave. Then press Set to confirm the desired soundcape.
5. The Audio icon will flash and the FM Radio or selected natural soundcape will play. Press the Back ⏮ button or the Forward ⏭ button repeatedly to adjust the alarm volume from 0 to 20. Press Set to confirm.
6. The light brightness icon will flash and the light will turn on. Press the Back ⏮ button or the Forward ⏭ button on the right side repeatedly to adjust the light brightness and press Set to confirm and exit.

Setting Sleep Cycle Brightness

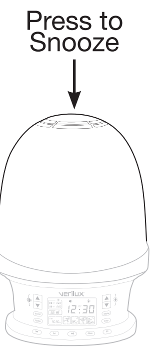
1. Press and hold the Set button for 3 seconds to enter the clock setting mode. Press Set again to enter the alarm setting mode.

2. Select [sleep icon] by pressing the Back (⏮) button or the Forward (⏭) button repeatedly. Press the (Set) button to confirm the desired selection. The chosen icon will flash.
3. When the Sleep icon is chosen, the lamp brightness will increase to the last level set. Use the Back (⏮) button or the Forward (⏭) button to set a new final brightness level for the Sleep Cycle.
   - Press the (Set) button to confirm.

Displaying Alarm Settings

Press the (Alarm) button repeatedly to cycle between displaying:

- AL1 – Alarm 1 Setting
- AL2 – Alarm 2 Setting
- Both Alarms



Snooze

When the alarm sounds, you may press down on the top of the Rise & Shine® – as you would a button – to Snooze.

Sunrise Simulator

Beginning 15 minutes before the alarm set time, the light will gradually increase in intensity to simulate sunrise. There are 20 possible light levels. The final brightness level, which may be any level between 1 and 20, is set as described on page 12 under Setting the Alarm and Sleep Cycle Brightness.

Starting a Sleep Cycle

A sleep cycle simulates diminishing sunset lighting by beginning with the lamp on maximum brightness, or the highest brightness you previously set, with the light progressively dimming for the duration of the cycle until the lamp is off at the end of the cycle.

You may start a sleep cycle whenever you wish:

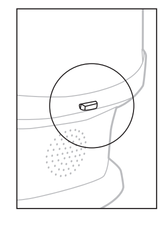
- Press the (Sleep) button to begin a sleep cycle.
- The minutes remaining in the sleep cycle are shown on the display.
- Press the (Sleep) button repeatedly to choose 0, 5, 15, 30 or 60 minutes.
- To manually end the Sleep cycle, press the (Off) Button, or press the (Sleep) button repeatedly until you reach “00”. You will need to manually turn the lamp and/or radio on, if you wish to do so.

Display Dimmer

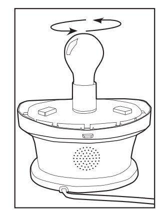
To adjust the LCD display brightness to Off, Normal or Bright setting, press the (Display) button repeatedly for the desired brightness.

Replacing the Bulb

Your Rise & Shine® uses a standard 60 Watt incandescent bulb. To replace the bulb:



1. Make sure the lamp is unplugged and enough time has passed to allow the bulb to cool.
2. Press the release button at the rear of the lamp shade and gently pull the shade up to remove.
3. Unscrew the bulb and replace with a standard 60 Watt incandescent bulb.
4. Align the shade and press down until the rear of the shade clicks into place.



Note: Do not use a bulb rated higher than 60 watts.

Troubleshooting

Resetting the Rise & Shine

Problem	
The device is not working correctly.	Unplug from power, wait 30 seconds, then plug in again.
No light.	• Press the ▲▼☼ buttons.
	• Replace the bulb if needed.
	• Verify that the lamp icon is shown on the display. If it is not shown, press down on the lamp shade to turn on the lamp.
No radio or no sound.	• If the Radio icon FM 90.90 is not shown on the display, press Radio.
	• Increase volume.
	• Attach the external antenna and vary the antenna location for best reception.
Alarm doesn't function.	• Verify the correct AM/PM setting.
	• Verify that the alarm is activated (an alarm is activated if both the alarm, AL1 or AL2, and the time are shown).

Care and Maintenance

Cleaning

Disconnect the Rise & Shine® from the power outlet. Use only a dry, soft coth to clean. Do not use any chemical solvents or detergents.

Technical Specifications

Rise & Shine Natural Wake-Up Light
Overall Dimensions
Weight 2.4 lbs
Dimensions 8.75" x 10.25" x 6.75"

LCD Display
Dimensions 2.75" x 1.75"

Environment
Operating Temperature: 15°C to 35°C; 56°F to 95°F
Storage Temperature: 0°C to 40°C; 32°F to 104°F
Relative Humidity: 5% to 95% non-condensing

Bulb
Maximum 60 Watt Incandescent

Power
Input Power: 120 VAC, 60Hz

ETL Listed
Cord/Plug
Plug Type: Polarized/USA two prong
Cord Length: 72" (6 Feet)

Intellectual Property
Patent: 6,236,622 and D553,777
Trademark: Rise & Shine®

Safety
ETL Listed

Warranty
1–Year Limited

One Year Limited Warranty

ATTENTION! ONCE OPENED, PLEASE **DO NOT** RETURN THIS PRODUCT TO THE STORE WHERE IT WAS PURCHASED FOR REPAIR OR REPLACEMENT!

Many questions may be answered by visiting www.verilux.com, or you may call our Customer Service Department at 800-786-6850 during normal business hours.

This limited warranty is provided by: Verilux, Inc., 340 Mad River Park, Waitsfield, VT 05673

Verilux warrants this product to be free from defects in material and workmanship for a period of one year from the date of the original retail purchase from Verilux or an authorized Verilux distributor. **Proof of purchase is required for all warranty claims.** During the limited warranty period, Verilux, Inc. will, at its option, repair or replace defective parts of this product, at no charge to the customer, subject to the following limitations: This limited warranty does not include any postage, freight, handling, insurance or delivery fees. This warranty does not cover damage, defect or failure caused by or resulting from accident, external destruction, alteration, modification, abuse, misuse or misapplication of this product.

This warranty does not cover damage to the product resulting from return shipping or handling. The use of shipping insurance is recommended to help protect your product.

Return Authorization is required for all returns. To obtain a Return Authorization, please contact the Verilux Customer Service Department at 800-786-6850.

If, during the first year of ownership, this product fails to operate properly, it should be returned as specified at www.verilux.com/warrantyreplacement or as instructed by a Verilux customer service representative at 800-786-6850.

Note: *Verilux recommends using a quality surge suppressor on all electronics equipment. Voltage variations and spikes can damage electronic components in any system. A quality suppressor can eliminate the vast majority of failures attributed to surges and may be purchased at electronics stores.*

Due to ongoing improvements, actual product may have slight variations from the product described in this manual.

Please visit our web site at www.verilux.com or call our Customer Service Department at

1-800-786-6850

Representatives are available 8 a.m. – 10 p.m. M – S, 9 a.m. – 8 p.m. Sunday EST



340 Mad River Park, Waitsfield, VT 05673

VA05F-MAN-Rev11

Printed in China for Verilux, Inc.



Rise & Shine®



Lampe de réveil naturel



Chère cliente/Cher client,

Merci d'avoir acheté la lampe de réveil naturel Rise & Shine® de Verilux. Vous avez reçu un produit innovant de qualité, couvert par une garantie limitée d'un an.

Beaucoup d'autres produits d'éclairage sains sont disponibles sur notre catalogue et en ligne. Pour obtenir un exemplaire gratuit de notre catalogue, veuillez composer le numéro gratuit 1-800-786-6850. Vous pouvez également visiter notre site Web à www.verilux.com pour en apprendre davantage sur tous nos produits de qualité Verilux.

En tant que client Verilux, nous accordons beaucoup d'importance à votre satisfaction. Nous sommes fiers de pouvoir être à votre service aujourd'hui et demain.

Bonne journée lumineuse!

Nicholas Harmon

Nicholas Harmon
Président, Verilux, Inc.

Table des matières

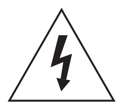
Instructions importantes de sécurité

AVERTISSEMENT :

CET APPAREIL DOIT ÊTRE BRANCHÉ À UNE PRISE DE COURANT ÉQUIPÉE D'UNE MASSE.

POUR RÉDUIRE LES RISQUES D'ÉLECTROCUTION, NE DÉMONTEZ PAS LES DIFFÉRENTS COMPOSANTS. IL N'EXISTE AUCUNE PIÈCE RÉPARABLE PAR L'UTILISATEUR À L'INTÉRIEUR DE L'APPAREIL.

POUR RÉDUIRE LES RISQUES D'INCENDIE OU D'ÉLECTROCUTION, N'EXPOSEZ PAS EXPOSER L'APPAREIL À LA PLUIE OU L'HUMIDITÉ.



Le symbole de l'éclair dans un triangle équilatéral alerte l'utilisateur de la présence de tensions dangereuses dans le boîtier de l'appareil suffisamment élevées pour provoquer une électrocution.



Le point d'exclamation dans un triangle équilatéral, tel qu'affiché sur l'appareil, attire l'attention de l'utilisateur sur la présence d'instructions importantes de fonctionnement et d'entretien dans ce manuel d'installation.

AVERTISSEMENT : AFIN DE RÉDUIRE LE RISQUE D'INCENDIE, D'ÉLECTROCUTION OU DE BLESSURE :

- Lisez ces instructions avant d'utiliser la lampe.
- Conservez ces instructions pour vous y référer ultérieurement.
- Tenez compte de tous les avertissements.
- Suivez toutes les instructions.
- Ne pas utiliser cet appareil près de l'eau
- Confier toute réparation à un personnel qualifié.
- Un entretien est requis lorsque l'appareil a été endommagé de quelque façon que ce cordon d'alimentation ou la fiche est endommagé, liquide a été renversé ou des objets sont tombés dans l'appareil, l'appareil a été exposé à la pluie ou à l'humidité, ne fonctionne pas normalement , Ou s'il est tombé.
- La prise secteur est utilisée comme dispositif de déconnexion, qui doit rester facilement accessible.
- Éteignez, débranchez et laissez refroidir l'appareil avant de remplacer l'ampoule, de le nettoyer ou d'en effectuer l'entretien.
- Les ampoules S'ÉCHAUFFENT rapidement. Ne touchez pas l'ampoule lorsque la lampe est allumée.
- Ne regardez pas directement l'ampoule allumée.
- N'utilisez pas la lampe à proximité de vapeurs ou de gaz inflammables, comme les aérosols (vaporisateurs), ni à proximité d'une bouteille d'oxygène.
- Utilisez uniquement le type d'ampoule et la puissance maximale indiqués par le fabricant.
- Ne couvrez jamais l'ampoule lorsqu'elle est allumée.

Instructions importantes de sécurité (suite)

- N'utilisez pas cette lampe dans les endroits humides ou mouillés.
- Lampe à usage intérieur uniquement.
- Nettoyez au moyen d'un linge sec uniquement. N'utilisez pas de solvants chimiques ou de détergents.
- Évitez de bloquer les bouches de ventilation. Installez l'appareil conformément aux instructions du fabricant.
- Ne placez pas cette lampe près d'une source de chaleur, tels que radiateurs, grilles de distribution de chauffage, cuisinières ou autres appareils (y compris amplificateurs de chaleur) qui génèrent de la chaleur.
- N'endommagez pas le système de protection des fiches polarisées ou des fiches à prise de terre. Une fiche polarisée a deux lames dont une est plus large que l'autre. Une fiche à prise de terre a deux lames et une troisième broche qui relie la fiche à la terre. La lame plus large ou la troisième broche sont prévues pour assurer votre sécurité. Si la fiche fournie ne s'insère pas dans votre prise de courant, consultez un électricien pour qu'il remplace la prise.
- Protégez le cordon d'alimentation contre le piétinement ou le pincement, en particulier près de la prise de courant et de la partie où le cordon sort de la lampe.
- Utilisez uniquement les attaches et accessoires recommandés par le fabricant.
- Débranchez cette lampe pendant les orages ou lorsqu'elle reste longtemps inutilisée.
- Utilisez uniquement des ampoules de 120 Vca, 60 W.
- Si la lampe a été abîmée (exemples : cordon d'alimentation ou fiche endommagée, liquide renversé ou objet tombé dans la lampe, lampe exposée à la pluie ou à l'humidité, lampe ne fonctionnant pas normalement ou chute de la lampe) ne l'utilisez pas.
- Les modifications non autorisées par le fabricant annulent la garantie et peuvent causer des blessures corporelles.

CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

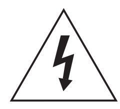
Précautions générales

- Évitez d'exposer la lampe directement aux rayons du soleil ou à une source de chaleur, un appareil de chauffage par exemple. Ne placez pas la lampe au-dessus d'un appareil dégageant de la chaleur.
- Évitez de mettre la lampe dans des endroits poussiéreux, humides, manquant d'aération ou qui sont soumis à des vibrations permanentes.
- N'utilisez pas de variateur de lumière, minuterie, détecteur de mouvement ou de rallonge électrique.
- N'utilisez pas d'agent lubrifiant pour mettre en place l'ampoule.
- Restez vigilant quand la lampe est utilisée par ou à proximité d'enfants ou par des personnes handicapées.

Précautions générales (suite)



AVERTISSEMENT : Cette lampe est fournie avec l'abat-jour spécialement conçu pour être utilisé avec elle. L'utilisation d'un autre abat-jour que celui fourni par le fabricant constitue un DANGER.



ATTENTION : Si le globe extérieur de l'ampoule se brise, ne touchez pas aux composants métalliques sous peine d'être électrocuté. L'ampoule peut continuer à fonctionner. Cependant, cessez immédiatement de l'utiliser, éteignez-la et retirez l'ampoule. Laissez l'ampoule refroidir avant de la retirer pour éviter les brûlures.

Conformité à la FCC

Cet appareil est conforme à la partie 15 de la réglementation FCC. Son utilisation est soumise à deux conditions : (1) l'appareil ne doit pas générer d'interférences et (2) l'appareil doit capter toutes les interférences, y compris celles provoquant son dysfonctionnement.

Cet appareil a été testé et certifié conforme aux restrictions applicables à un appareil numérique de Classe B, conformément à la partie 15 de la réglementation FCC. Ces restrictions assurent la protection suffisante contre les interférences dans une installation domestique. Cet équipement génère, utilise et peut émettre des fréquences susceptibles de provoquer des interférences radio s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions. Cependant, il n'y a aucune garantie que ces interférences ne se produiront pas dans une installation donnée.

Si cet équipement provoque des interférences radio ou pour la télévision, qui se repèrent lors de la mise sous tension de l'appareil, l'utilisateur doit essayer de corriger les interférences par une ou plusieurs mesures suivantes :

- Réorientez ou déplacez l'antenne de réception.
- Augmentez la distance entre l'appareil et le récepteur.
- Connectez l'équipement à une prise reliée à un circuit différent de celui alimentant le récepteur.
- Demandez conseil à votre revendeur ou un technicien radio/TV expérimenté.

Caractéristiques

La lampe de réveil naturel Rise & Shine® de Verilux® aligne les rythmes circadiens qui régulent les patrons de sommeil et de réveil normaux. Les programmes de sommeil et de réveil synchronisés offrent au corps les repères nécessaires pour un endormissement naturel, un sommeil profond et un réveil qui vous procure vigueur et vitalité. Le mélange harmonieux de thérapie lumineuse et musicale conduit naturellement l'organisme vers un réveil vivifiant et une structure de sommeil saine.

Caractéristiques (suite)

- La lumière et la musique augmentent progressivement pour un réveil en douceur et une sensation revigorante et vivifiante
- Choisissez le réveil de votre choix parmi les quatre ambiances sonores typiques des stations thermales ou votre station de radio FM préférée
- Choisissez l’un des 20 niveaux de luminosité
- Le mode Sleep (sommeil) abaisse progressivement la luminosité sur une période de 5, 15, 30 ou 60 minutes
- Alarme double avec Snooze (rappel d’alarme)

Instructions pour la mise en marche

Déballage

Vérifiez que l’emballage contient les articles suivants :

- Lampe de réveil naturel Rise & Shine® de Verilux
- Antenne FM externe
- Manuel d’instructions
- Ampoule transparente A19 120V 60W E26 (située à l’intérieur de l’abat-jour)

Remarque : Avant de brancher la lampe au secteur, ouvrez l’abat-jour en appuyant sur le bouton à l’arrière de la lampe et enlevez doucement l’abat-jour de son support. Vissez l’ampoule dans la douille. Remettez l’abat-jour en face de son support et appuyez vers le bas jusqu’à ce qu’il s’emboîte.

Choisissez un emplacement

- Placez la lampe Rise & Shine sur une table ou une surface plane près du lit.
- Pour de meilleurs résultats, placez la lampe Rise & Shine à moins de 60 cm (2 pi) du mur et ne la placez pas dans un coin.

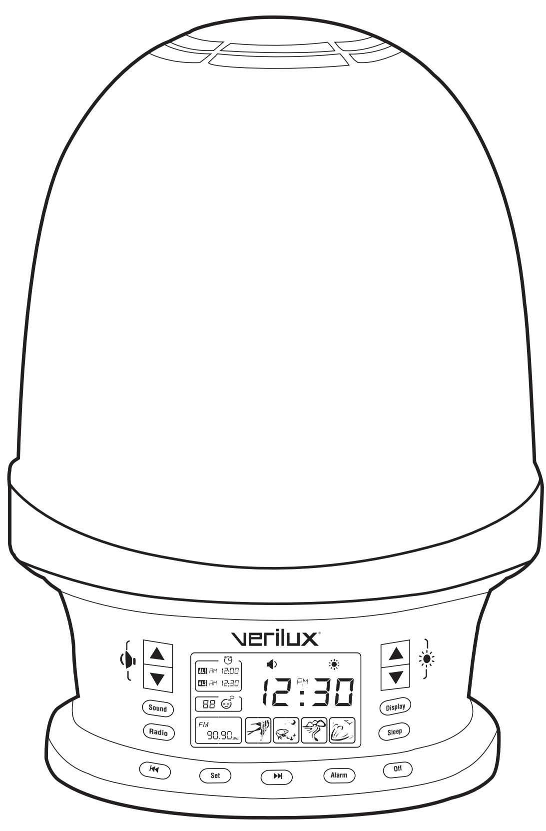
Remarque : Évitez de placer la lampe Rise & Shine sur une surface métallique qui brouillerait la réception FM.

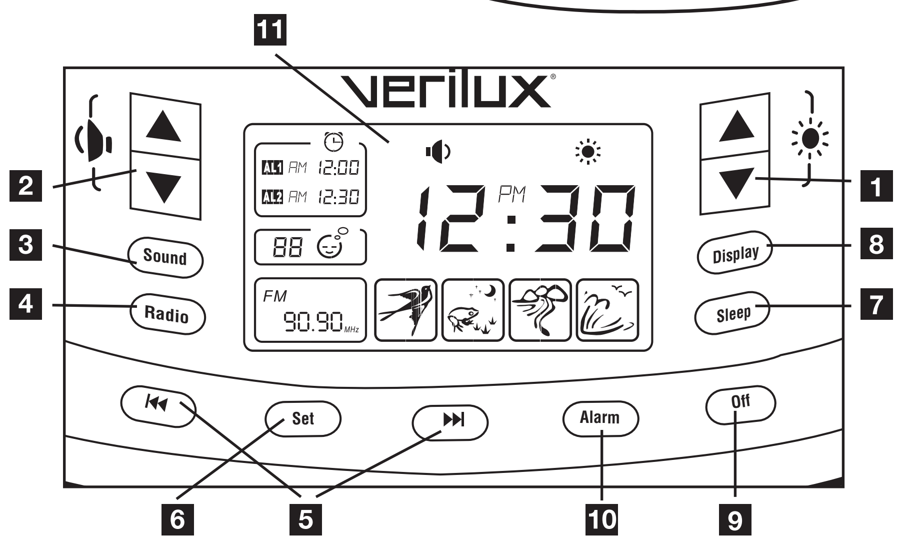
Remarque : Évitez d’exposer la lampe aux rayons du soleil ou à une source de chaleur, tel qu’un appareil de chauffage. Ne placez pas la lampe au-dessus d’un appareil dégageant de la chaleur.

Affichage et commandes

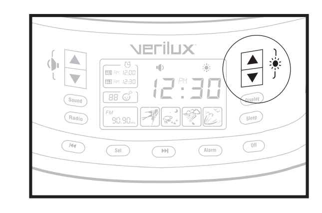
1. Touches de réglage de la luminosité
2. Touches de réglage du volume
3. (Sound) Touche (son)
4. (Radio) Touche (radio)
5. Touches Précédent (⏮) et Suivant (⏭)
6. (Set) Touche (régler)
7. (Sleep) Touche (sommeil)
8. (Display) Touche (affichage) Arrêt/Normal/Brillant
9. (Off) Touche (arrêt)
10. (Alarm) Touche (alarme)
11. Écran à cristaux liquides

Remarque : La fiche d'antenne externe et le bouton pour libérer l'abat-jour sont situés sur l'arrière de la Rise & Shine®.





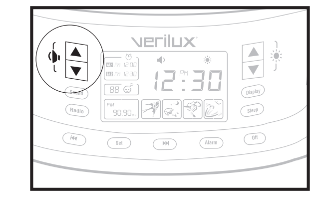
1. Touches de réglage de la luminosité



Les touches de réglage de la luminosité sont utilisées pour régler la luminosité maximale à la fin du cycle de réveil ou l'intensité minimale de la fin du cycle endormissement. Il existe 20 niveaux de luminosité.

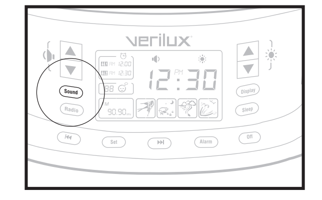
Les touches de réglage de la luminosité servent aussi à régler la luminosité de la Rise & Shine® utilisée comme simple lampe.

2. Touches de réglage du volume



Les touches de réglage du volume 🔈▲▼ sont utilisées pour régler le volume maximal à la fin du cycle de réveil ou le volume du cycle endormissement. Il existe 20 niveaux de volume.

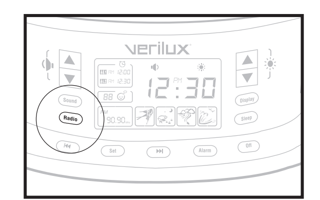
3. Touche Sound (son)



Lorsqu'elle est utilisée pour le réglage de l'alarme, la touche Sound (Sound) vous permet de choisir parmi quatre sons de la nature en appuyant plusieurs fois sur la touche jusqu'à atteindre le son désiré. Si elle n'est pas utilisé pour le réglage de l'alarme, la touche Sound diffuse le dernier son sélectionné. Vous pouvez changer de son en appuyant sur Précédent (⏮) et Suivant (⏭).

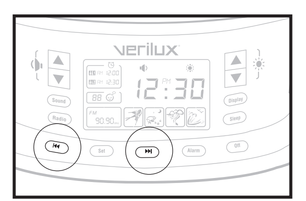
En réappuyant sur Sound ou sur Off (Off), le son de la nature s'arrête.

4. Touche Radio



La touche Radio (Radio) allume ou éteint la radio FM.

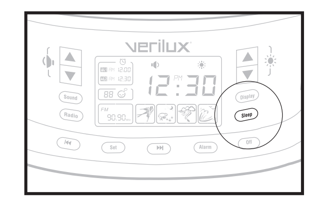
5. Touches Précédent et Suivant



Les touches Précédent (⏮) et Suivant (⏭) permettent le réglage de l'heure, de l'alarme et de passer d'une option à l'autre.

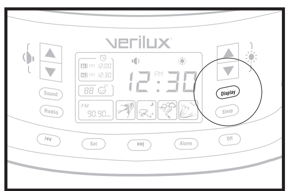
6. Touche Sleep (sommeil)

Appuyez sur la touche Sleep (Sleep) lance le cycle Sleep qui par défaut dure 5 minutes. Appuyez plusieurs fois sur Sleep vous permet de choisir parmi un cycle Sleep de 0 (arrêt), 5, 15, 30 ou 60 minutes. Le cycle Sleep que vous avez choisi débute environ deux secondes après avoir appuyé sur la touche.



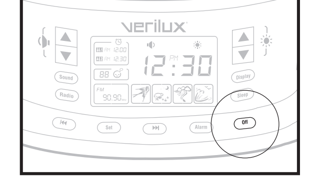
7. Touche Display (affichage) (Arrêt/Normal/Brillant)

La touche Display (Display) règle la luminosité de l'écran à cristaux liquides de la lampe Rise & Shine®. Appuyez pour choisir entre Off (Arrêt), Normal et Bright (Brillant). Si l'écran est éteint, appuyer sur n'importe quelle autre touche réglera la luminosité sur Normal pour un instant.



8. Touche Off (arrêt)

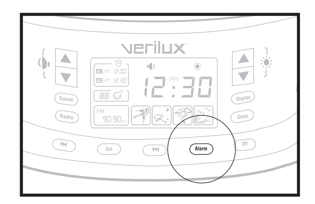
La touche Off (Off) éteint la radio FM, les sons de la nature et la lumière. La touche Off peut aussi interrompre le cycle Sleep ou le cycle de réveil.



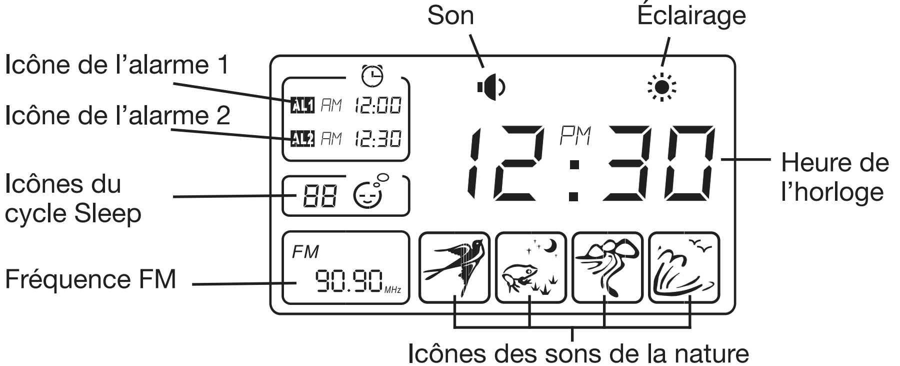
9. Touche Alarm (alarme)

Appuyer sur la touche Alarm (Alarm) passe en boucle l'affichage suivant :

- Alarme 1 (AL1)
- Alarme 2 (AL2)
- Alarmes 1 et 2 (AL1 et AL2)



10. Écran à cristaux liquides



Mode d’emploi

Appuyer pour mettre en marche

Allumer la lampe

Pour allumer la lampe :

- Appuyez sur le haut de la lampe Rise & Shine® sur l’inscription Light/Snooze.

Vous pouvez régler la luminosité avec les boutons de réglage situés à droite de l’écran.

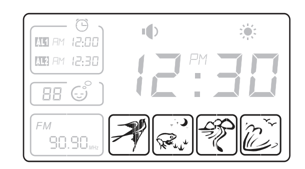
Remarque : Tout changement de luminosité devient le niveau de luminosité par défaut.

Éteindre la lampe

Pour éteindre la lampe :

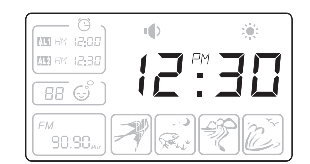
- Appuyez sur le haut de la lampe Rise & Shine sur l’inscription Light/Snooze.

Écouter un son de la nature



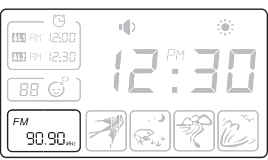
Appuyez sur Sound (Sound) pour écouter l’un des quatre sons de la nature. Appuyez plusieurs fois sur Précédent (⏮) ou Suivant (⏭) pour passer d’un son à l’autre parmi les quatre. Si vous appuyez sur la touche (Sound) hors réglage de l’alarme, le dernier son sélectionné sera joué. Si vous appuyez sur Sound (Sound) ou sur Off (Off), le son de la nature s’arrête.

Réglage de l’horloge



1. Appuyez sur la touche Set (Set) pendant 3 secondes pour passer au mode de réglage de l’horloge. L’horloge clignote.
2. Maintenez Précédent et Suivant enfoncés pour le réglage de l’horloge. L’horloge continuera à clignoter quelques secondes puis affichera la nouvelle heure.

Écouter la radio



Pour écouter la radio FM :

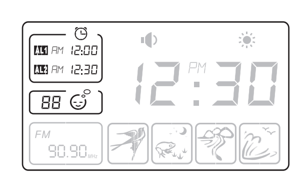
1. Appuyez sur la touche Radio (Radio) pour l’allumer.
2. Utilisez les touches Précédent (⏮) ou Suivant (⏭) pour choisir une fréquence. Si vous maintenez Précédent (⏮) ou Suivant (⏭) enfoncés, la radio passe directement d’une fréquence à l’autre.
3. Utilisez les touches de réglages du volume.
4. Pour éteindre la radio, appuyez sur Radio (Radio) ou Off (Off).

Pour améliorer la réception, vous pouvez utiliser l’antenne FM externe incluse.

Branchement de l’antenne FM externe :

1. Branchez la prise de 3,5 mm (1/8 po) de l’antenne FM sur EXTERNAL ANTENNA (ANTENNE EXTERNE), fiche située à l’arrière de l’appareil.
2. Déroulez l’antenne et placez-la pour obtenir une réception optimale.

Réglage de l’alarme



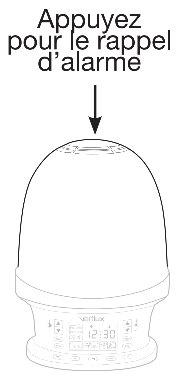
Remarque : Avant de régler l’alarme, il est recommandé de lire cette partie.

1. Gardez le bouton Set (Set) appuyé pendant 3 secondes pour passer au mode réglage de l`horloge. Rappuyez une fois sur Set (Set) pour passer au mode réglage de l’alarme.
   - Les icônes de l’alarme et du sommeil clignotent à gauche de l’écran. Elles sont, de haut en bas : AL1 (Alarme 1), AL2 (Alarme 2) et cycle Sleep. Vous pouvez régler deux alarmes, chacune à une heure différente. Vous pouvez aussi régler la luminosité pour le début du cycle Sleep.
2. Sélectionnez AL1 ou AL2 ou Sleep en appuyant plusieurs fois sur Précédent (⏮) ou Suivant (⏭). Appuyez sur Set (Set) pour confirmer votre sélection. L’icône sélectionnée clignotera.
3. Si AL1 ou AL2 est sélectionnée, appuyez plusieurs fois sur Précédent (⏮) ou Suivant (⏭) pour régler l’heure de l’alarme. Appuyez sur Set (Set) pour confirmer.
4. Appuyez sur Précédent (⏮) ou Suivant (⏭) pour choisir entre mode radio FM ou mode sons de la nature, puis appuyez sur Set (Set) pour confirmer.
   - Lorsque le mode radio FM est sélectionné, appuyez plusieurs fois sur Précédent (⏮) ou Suivant (⏭) pour rechercher une station. Puis appuyez sur Set (Set) pour confirmer votre choix.
   - Lorsque le mode sons de la nature est sélectionné, appuyez plusieurs fois sur Précédent (⏮) ou Suivant (⏭) pour choisir un type de son parmi chant d’oiseaux, grenouilles, cours d’eau ou vagues. Puis appuyez sur Set (Set) pour confirmer votre choix.
5. L’icône Audio clignote et la radio FM ou le son de la nature choisi est diffusé. Appuyez plusieurs fois sur Précédent (⏮) ou Suivant (⏭) pour régler le volume de l’alarme de 0 à 20. Appuyez sur Set (Set) pour confirmer.
6. L’icône de la luminosité clignote et la lumière s’allume. Appuyez plusieurs fois sur Précédent (⏮) ou Suivant (⏭) pour régler la luminosité et appuyez sur Set (Set) pour confirmer et quitter.

Réglage de la luminosité du cycle d’endormissement

1. Gardez le bouton Set (Set) enfoncé 3 secondes pour passer au mode de réglage de l’horloge. Rappuyez une fois sur Set (Set) pour passer au mode de réglage de l’alarme.

2. Sélectionnez en appuyant sur Précédent (⏮) ou Suivant (⏭). Appuyez sur Set (Set) pour confirmer votre choix. L’icône sélectionnée clignote.
3. Si l’icône Sleep est sélectionnée, la luminosité de la lampe augmente jusqu’au niveau maximal. Utilisez les touches Précédent (⏮) ou Suivant (⏭) pour régler le niveau de luminosité de la fin du cycle d’endormissement.
    - Appuyez sur Set (Set) pour confirmer.



Affichage du réglage des alarmes

Appuyez sur Alarm (Alarm) plusieurs fois pour faire défiler :

- AL1 – réglage de l’alarme 1
- AL2 – réglage de l’alarme 2
- Les deux alarmes

Snooze (rappel d’alarme)

Lorsque l’alarme retentit, vous pouvez appuyer sur le haut de la lampe Rise & Shine® (comme sur un bouton) pour passer au mode Snooze.

Simulation du lever du soleil

15 minutes avant l’alarme, la lampe augmente progressivement sa luminosité et simule le lever du soleil. Il existe 20 niveaux de luminosité. Le niveau de luminosité à la fin de la simulation, compris entre 1 et 20, se règle comme décrit page 12, aux rubrique Réglage de l’alarme et Réglage de la luminosité du cycle Sleep.

Lancement d’un cycle d’endormissement

Un cycle d’endormissement simule la baisse de luminosité du soleil couchant à partir de la luminosité maximale de la lampe ou de celle que vous avez réglée, puis la luminosité baisse progressivement pendant le cycle jusqu’à ce que la lampe s’éteigne.

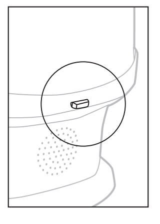
Vous pouvez lancer un cycle d’endormissement quand vous le souhaitez :

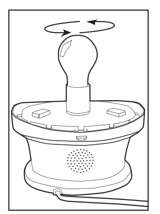
- Appuyez sur le bouton Sleep (Sleep) pour lancer un cycle.
- Les minutes non écoulées du cycle s’affichent à l’écran.
- Appuyez plusieurs fois sur Sleep (Sleep) pour choisir entre une durée de 5, 15, 30 ou 60 minutes.
- Pour interrompre un cycle avant la fin, appuyez sur Off (Off) ou sur Sleep (Sleep) plusieurs fois jusqu’à ce que la valeur « 00 » s’affiche. Vous devez allumer manuellement la lampe et/ou la radio si vous le souhaitez.

Variation de la luminosité de l’écran

Pour régler la luminosité sur Arrêt (Off), Normal ou Brillant (Bright), appuyez plusieurs fois sur Display (Display) jusqu’à obtenir la luminosité voulue.

Changer l’ampoule





Votre lampe Rise & Shine® utilise une ampoule incandescente ordinaire de 60 watts. Pour la remplacer :

1. Assurez-vous que la lampe n’est pas branchée et que l’ampoule a eu le temps de refroidir.
2. Appuyez sur le bouton à l’arrière de la lampe pour libérer l’abat-jour et retirez-le doucement.
3. Dévissez l’ampoule et remplacez-la par une ampoule incandescente ordinaire de 60 watts.
4. Remettez l’abat-jour bien en place sur son support en appuyant jusqu’à ce qu’il s’emboîte.

Remarque : N’utilisez pas d’ampoule dont la puissance excède 60 watts.

Dépannage

Nouveau réglage de la lampe Rise & Shine

Problème	
L’appareil ne fonctionne pas correctement.	Débranchez l’appareil, attendez 30 secondes et rebranchez-le de nouveau.
Pas de lumière.	• Appuyez sur les touches ▲▼☼ de réglage de la luminosité.
	• Remplacez l’ampoule si besoin.
	• Vérifiez que l’icône d’éclairage est affichée à l’écran. Sinon, appuyez sur le haut de l’abat-jour pour allumer la lampe.
Pas de radio ou pas de son.	• Si l’icône de la radio [FM 90.90] n’est pas affichée à l’écran, appuyez sur Radio (Radio).
	• Augmentez le volume.
	• Branchez l’antenne externe et positionnez-la pour obtenir une réception optimale.
L’alarme ne fonctionne pas.	• Vérifiez que le réglage AM/PM est correct.
	• Vérifiez que l’alarme est activée (une alarme est activée lorsque les deux icônes AL1 ou AL2 et l’heure sont affichées).

Soins et entretien

Nettoyage

Débranchez la lampe Rise & Shine® de la prise de courant. Utilisez uniquement un linge doux légèrement humide pour le nettoyage. N'utilisez pas de solvants chimiques ou de détergents.

Données techniques

Lampe-réveil à lumière naturelle Rise & Shine
Dimensions générales
Poids : 1,1 kg (2,4 lb)
Dimensions : 22,2 x 26 x 17,1 cm (8,75 x 10,25 x 6,75 po)

Affichage ACL
Dimensions : 7 x 4,4 cm (2,75 x 1,75 po)

Environnement de la lampe
Température de fonctionnement : 15 °C à 35 °C (59 °F à 95 °F)
Température d'entreposage : 0 °C à 40 °C (32 °F à 104 °F)
Humidité relative : 5 % à 95 %, sans condensation

Ampoule
À incandescence et de puissance maximale 60 watts

Alimentation électrique
Puissance d'entrée : 120 Vca, 60 Hz

Homologué ETL
Cordon/prise
Type de prise : polarisée/deux lames/É.-U.
Longueur du cordon : 183 cm (72 po)

Propriété intellectuelle
Brevet : 6,236,622 et D553,777
Marque de commerce : Rise & Shine®

Sécurité
Homologué ETL

Garantie
1 an

Garantie limitée d'un an

ATTENTION! UNE FOIS L'EMBALLAGE OUVERT, SI UNE RÉPARATION OU UN REMPLACEMENT EST NÉCESSAIRE, **NE PAS** RETOURNER CE PRODUIT AU MAGASIN OÙ VOUS L'AVEZ ACHETÉ.

Vous trouverez de nombreuses réponses à vos questions sur le site www.verilux.com ou contactez notre service clientèle au 800-786-6850 aux heures habituelles de bureau.

Cette garantie limitée est fournie par : Verilux Inc., 340 Mad River Park, Waitsfield, VT 05673

Verilux garantit que ce produit ne comporte aucun défaut matériel ou de fabrication pendant un an à compter de la date d'achat auprès de Verilux ou d'un revendeur Verilux agréé. **Un justificatif d'achat vous sera demandé pour tout recours à la garantie.** Au cours de la période de garantie, Verilux Inc., à sa discrétion, réparera ou remplacera les pièces défectueuses de ce produit, sans aucun frais pour le client et sous réserve des conditions suivantes : la garantie ne couvre pas les frais postaux, le transport, la manutention, l'assurance ou les frais de livraison. Cette garantie ne couvre aucun dommage, défectuosité ou défaut causé par ou résultant d'un accident, destruction externe, changement, modification, abus, mauvaise utilisation ou mauvaise application de ce produit.

La garantie ne couvre pas les dommages causés pendant l'expédition ou la manutention du produit. Il est recommandé de souscrire une assurance expédition afin de protéger votre produit.

Une autorisation de renvoi est requise avant tout retour de produit. Afin d'obtenir cette autorisation, prière de contacter le service clientèle Verilux au 800-786-6850.

Si, dans l'année qui suit votre achat, le produit ne fonctionne pas correctement, celui-ci doit être retourné suivant les instructions du site www.verilux.com/warrantyreplacement ou selon la procédure communiquée par notre service clientèle Verilux au 800-786-6850.

Remarque : *Verilux recommande d'utiliser un parasurtenseur de qualité sur tous les équipements électroniques. Les variations et les crêtes de voltage peuvent endommager des composants électroniques dans un système. Un parasurtenseur de qualité peut éliminer la grande majorité des défaillances attribuées aux montées subites de tension et peut être acheté dans les magasins d'articles électroniques.*

En raison de constantes améliorations, le produit acheté peut présenter certaines petites différences avec l'appareil décrit dans ce manuel.

Veuillez consulter notre site Web www.verilux.com ou contacter notre service à la clientèle par téléphone au

1-800-786-6850

Nos agents sont disponibles de 8h à 22h, du lundi au samedi et de 9h à 20h le dimanche, heure normale de l'Est



340 Mad River Park, Waitsfield, VT 05673

VA05F-MAN-Rev11